

CORONAVIRUS (COVID-19)

de.gov/coronavirus



DELAWARE HEALTH
AND SOCIAL SERVICES
Division of Public Health

PROTÉJASE A SÍ MISMO Y A LOS DEMÁS

LAVE SUS MANOS CON FRECUENCIA

Asegúrese de lavarse las manos, incluyendo la parte posterior y debajo de las uñas, durante 20 segundos. O use desinfectante para manos a base de alcohol.



NO TOQUE SU CARA

No toque su cara, ojos, nariz o boca si sus manos no están lavadas.



LIMPIE LAS SUPERFICIES CON REGULARIDAD

Limpie las superficies de uso común como teléfonos, computadoras, escritorios, mostradores, gabinetes y manijas.



TOSA O ESTORNUDE CUBRIÉNDOSE LA BOCA CON EL ÁNGULO INTERIOR DEL CODO.

No estornude en su mano. Si usa pañuelos, deséchelos de inmediato.

QUÉDESE EN CASA SI ESTÁ ENFERMO

Cúidese. Si se siente enfermo, quédese en casa.



PREVENGA LA GRIPE, VACÚNESE

Asegúrese de recibir su vacuna contra la gripe tan pronto como sea posible.



SI USTED ESTÁ SANO, EL CDC NO RECOMIENDA COMPRAR O UTILIZAR MASCARILLAS

Solo debe usar una mascarilla si un proveedor de atención médica le indica que lo haga.

¿Preguntas? Contáctenos.

1-866-408-1899 o dphcall@delaware.gov

